

Yuav ua li cas yog tias koj tau txais los sis xav tias tsam tau kis Tus Kab Mob Khos Viv-19 (COVID-19)

Yog tias kuaj koj pom tus Kab Mob Khos Viv-19 (COVID-19), los sis muaj mob tom qab thaum koj tau kis nrog ib tug neeg uas muaj Kab Mob Khos Viv-19 (COVID-19), koj tuaj yeem pab txwv tsis pub kis tus Kab Mob Khos Viv-19 (COVID-19) no rau lwm tus tau. Thov ua raws cov lus qhia hauv qab no.

Cov tsos mob ntawm tus Kab Mob Khos Viv-19 (COVID-19)

Cov [tsos mob](#) tshwm sim feem ntau yog ua npaws, hnoos, thiab txog siav. Lwm yam tsos mob kuj muaj xws li ua daus no, mob ib ce, mob taub hau, mob caj pas, thiab tsis hnov qab los sis hnov tsw.

Yog tias koj raug cov neeg uas muaj tus Kab Mob Khos Viv-19 (COVID-19) thiab koj muaj cov tsos mob zoo li no, tej zaum koj yuav muaj tus Kab Mob Khos Viv-19 (COVID-19). Hu mus rau tus neeg uas muab kev pab kho thiab ntsuam xyuas cov Kab Mob Khos Viv-19 (COVID-19) kuaj xyuas.

Koom rau hauv kev sib tham nrog pej xeem txog kev noj qab haus huv

Ib tug neeg xam phaj los ntawm kev noj qab haus huv yuav tiv tauj koj yog tias koj kuaj pom tus Kab Mob Khos Viv-19 (COVID-19), feem ntau yog hauv xov tooj. Tus neeg xam phaj ntawd yuav qhia koj kom koj nkag siab tias yuav ua dab tsi txuas ntxiv thiab muaj kev pab dab tsi.

Tus neeg xam phaj ntawd yuav nug cov npe thiab cov ntaub ntawv tiv tauj cov neeg uas koj tau nyob ze nrog tsis ntev los no. Lawv nug txog cov ntaub ntawv no kom lawv thiaj li tuaj yeem lawv tuaj yeem ceeb toom rau cov tib neeg uas tau raug. Tus neeg xam phaj ntawd yuav tsis qhia koj lub npe rau koj cov neeg uas koj tau nyob ze nrog.

Nyob hauv tsev tshwj tsis yog kev kho mob

Koj yuav tsum nyob hauv tsev tshwj tsis yog kev kho mob. Tsis txhob mus ua hauj lwm, tsev kawm ntawv, los sis cov chaw pej xeem ua si. Zam kev caij tsheb thauj neeg hauv zej zos, sib qiv tsav tsheb, los sis tsheb tav xis (Taxi). Hais kom cov phooj ywg los sis cov koj tsev neeg yuav khoom siv los zaub mov noj kom siv hauv kev pab cuam uas muaj neeg xa tuaj.

Hu ua ntej koj yuav mus ntsib kws kho mob

Qhia rau koj tus kws kho mob tias koj muaj tus Kab Mob Khos Viv-19 (COVID-19), los sis tab tom raug tshuaj xyuas tus Kab Mob Khos Viv-19 (COVID-19). Rau ib daim npog ntsej muag ua ntej koj nkag hauv tsev. Cov theem no yuav pab kom neeg nyob hauv chav ua hauj lwm los sis chav tos neeg mob kom txhob mob.

Cais koj tus kheej tawm ntawm cov neeg thiab cov tsiaj hauv koj tsev

- **Tib neeg:** Ntau li ntau tau, nyob hauv ib chav kom deb ntawm lwm cov neeg thiab txhob siv chav dej ua ke yog muaj.
- **Cov tsiaj:** Txwv kev sib cuag nrog cov tsiaj yug thiab lwm yam tsiaj. Yog tias ua tau, kom ib tug neeg ntawm koj tsev neeg saib xyuas lawv. Yog tias koj yuav tsum saib xyuas tus tsiaj, looj daim npog ntsej muag thiab ntxuav koj txhais tes ua ntej thiab tom qab koj cuam tshuam nrog lawv. Saib [tus Kab Mob Khos Viv-19 \(COVID-19\) thiab Cov Tsiaj](#) kom paub ntau dua ntxiv.

Kuv yuav cais kuv tus kheej ntev npaum li cas?

1. Yog tias koj tau paub los sis tau xav tias koj muaj tus Kab Mob Khos Viv-19 (COVID-19) thiab **muaj cov tsos mob**, koj yuav tsum ceev koj tus kheej nyob ib leeg hauv tsev thaum:
 - o Koj tsis ua npaws yam tsawg kawg 24 teev uas yeej tsis tau siv tshuaj txa qhov ua npaws li **THIAB**
 - o Koj cov tsos mob tau zoo zuj zus lawm, **THIAB**
 - o Tsawg kawg yog 10 hnub tau dhau mus txij thaum koj cov tsos mob tshwm sim thawj zaug.
2. Yog koj kuaj tau tus Kab Mob Khos Viv-19 (COVID-19), tab sis **koj tsis muaj tsos mob dab tsi**, koj yuav tsum ceev koj tus kheej nyob ib leeg hauv tsev thaum:
 - o Tsawg kawg yog 10 hnub tau dhau mus txij li hnub tau kuaj pom tus Kab Mob Khos Viv-19 (COVID-19) thawj zaug, **THIAB**
 - o Koj tsis tau muaj mob nrog tus Kab Mob Khos Viv-19 (COVID-19)

Tiv thaiw kom tsis txhob kis tus Kab Mob Khos Viv-19 (COVID-19)

- **Looj ntaub npog ntsej muag** thaum koj nyob ib ncig ntawm tib neeg los sis tsiaj txhu thiab ua ntej koj nkag mus hauv tus kws kho mob qhov chaw ua hauj lwm. Yog tias koj tsis tuaj yeem looj daim npog ntsej muag, cov neeg hauv koj tsev neeg yuav tsum tsis txhob los nyob hauv ib chav, los sis lawy yuav tsum looj ntaub npog ntsej muag yog tias lawv nkag mus hauv koj chav.
- **Nquag ntxuav koj txhais tes tas li.** Ntxuav tes nrog xub npum thiab dej yam tsawg 20 vib nas this. Yog tias tsis muaj xab npum thiab dej, siv cov cawv cuaj caum ntxuav tes uas muaj tsawg kawg yog 60% cawv. Tsis txhob kov koj lub ntsej muag yog tias koj tsis tau ntxuav tes.
- **Npog koj hnoos thiab txham.** Muab cov ntaub so ntswg pov tseg thiab ntxuav tes.
- **Tu kom huv si “txhua qhov chaw chwv” txhua txhua hnub,** xws li cov txee, cov npoo rooj tog, cov tes qhov rooj, cov chaw txawb khoom, cov chav dej, cov xov tooj, ntsiav tshuaj, cov twj kwm, cov xov tooj tablet thiab cov npoo rooj. Siv tshuaj txau los sis tshuaj so hauv tsev, thiab ua raws cov lus qhia ntawm daim ntawv.
- **Tsis txhob muab cov khoom ntiag tug qiv rau txhua tus,** suav nrog cov tais diav, khob haus dej, khob haus kas fes, cov khoom siv noj mov, phuam da dej, los sis siv pam pua txaj nrog tib neeg los sis tsiaj txhu hauv tsev.

Ntsuam xyuas koj cov tsos mob

Nrhiav kev pab kho mob kom sai sai yog tias koj cov tsos mob hnyav dua (yog tias koj muaj teeb meem txog kev ua pa, thiab lwm yam). Yog tias koj muaj mob ceev thiab yuav tsum hu rau 911, qhia tus neeg xa xov hais tias koj muaj, los sis tej zaum yuav muaj Tus Kab Mob Khos Viv-19 (COVID-19). Yog tias ua tau, rau daim ntaub npog ntsej muag kom zoo ua ntej kev kho mob maj nrawm tuaj txog.

Qhov sib txaww ntawm kev rho tawm thiab kev kaw cia yog li cas?

- **Kev rho tawm** yog qhov uas koj muaj cov tsos mob Kab Mob Khos Viv-19 (COVID-19), los sis tau kuaj pom muaj tus kab mob. Kev rho tawm txhais tau tias koj nyob hauv tsev thiab nyob deb ntawm lwm tus (suav nrog cov neeg hauv tsev) rau lub sij hawm ua tau hais txhawm rau kom tsis pub kis mob.
- **Kev muab kaw cia** yog qhov uas koj tau mus chwv raug nrog cov Kab Mob Khos Viv-19 (COVID-19). Kev muab cais tawm txhais tau tias koj nyob hauv tsev thiab nyob deb ntawm lwm tus rau lub sij hawm uas tau hais tias tsam koj kis tau tus mob thiab yog kab mob kis tau yooj yim. Kev cais tawm dhau los ua ib

Txhawm rau qhov xav tau daim ntawv no mus ua lwm hom ntawv, hu rau 1-800-525-0127. Cov neeg lag ntseg los sis tsis hnov lus zoo, thov hu rau 711 ([Washington Relay](#)) los sis xa email mus rau civil.rights@doh.wa.govCov.

qho kev sib cais yog tias koj tom qab kuaj pom tus Kab Mob Khos Viv-19 (COVID-19) los sis cov tsos mob tab tom loj zuj zus.

Yog Xav paub ntxiv muaj rau koj [cov neeg hauv koj tsev neeg, cov neeg txheeb ze, thiab cov neeg saib xyuas tus neeg mob](#).

Ntaub Ntawv Lus Paub thiab Cov Peev Txheej ntau ntxiv txog ntawm tus Kab Mob Khos Viv-19 (COVID-19)

Tau txais cov xov xwm tshiab [tam sim no txog ntawm cov Kab Mob Khos Viv-19 \(COVID-19\) nyov hauv Washington, Governor Inslee cov lus tshaj tawm tias, cov tsos mob, nws kis li cas, thiab li cas, thiab thaum twg cov tib neeg mam li raug kuaj](#). Saib peb [Cov Lus Nquag Nug](#) kom paub ntau ntxiv.

Txoj kev pheej hmoo ntawm tus Kab Mob Khos Viv-19 (COVID-19) tsis tau kis mus txuas rau haiv neeg, tsoom neeg los sis teb chaws. [Txoj kev xav phem yuav tsis pab tiv thaiv mob nkeeg](#). Nthuav tawm cov ntaub ntawv uas yog rau lwm tus txhawm rau qhov tiv thaiv cov lus xaiv thiab lus tsis raug ntawm kev tshaj tawm.

Cov lus nug txog tus Kab Mob Khos Viv-19 (COVID-19)? Hu rau peb tus xov tooj xwm ceev yog **1-800-525-0127 thiab nias #.** Txog kev pab txhais lus, hais koj hom lus thaum tau teb lub xov tooj.

Lub sij hawm hu Xwm Ceev: 6 teev sawv ntxov txog 10 teev tsaus ntuj Hnub Monday txog hnub Friday thiab 8 teev sawv ntxov txog 6 teev tsaus ntuj rau hnub so. Txog cov lus nug txog ntawm koj li kev noj qab haus huv, kev kuaj tus Kab Mob Khos Viv -19 (COVID-19), los sis qhia txog kev skuaj, hu rau koj tus saib xyuas kev noj qab haus huv.

Txhawm rau qhov xav tau daim ntawv no mus ua lwm hom ntawv, hu rau 1-800-525-0127. Cov neeg lag ntseg los sis tsis hnov lus zoo, thov hu rau 711 ([Washington Relay](#)) los sis xa email mus rau civil.rights@doh.wa.gov